

ゆうゆうセンター

健康 生活習慣病予防教室
～健康な血管は一番の財産～



日時 10/19(月)9:15～11:45
場所 ゆうゆうセンター2階 体験学習室
対象 16～74歳で、血圧が130/85mmHg以上、
中性脂肪150mg/dl以上、LDL120mg/dl以上、
HDL40mg/dl未満、空腹時血糖100mg/dl以上、
HbA1c5.6%以上(NGSP値)の人
内容 血管の状態について、健康的な食生活のポ
イント、正しいウオーキングフォームなど
定員 10人(先着)
講師 健康運動指導士・保健師・栄養士
持ち物 筆記用具、みそ汁などの汁物100cc程度
(塩分測定用)、飲み物、健診結果、動きやすい服装
でご参加ください。
申込・☎ 10/12(月)までに、電話・FAX・Eメールで
健康増進課 ☎893-6405 ☎ 892-0525
✉ kenkou@city.katano.osaka.jp

相談 行政書士による日曜無料相談会

日時 9/20(日)13:00～15:00
場所 ゆうゆうセンター2階 集団指導室
内容 遺言、相続、成年後見、内容証明の作成等
申込 直接会場
☎ 行政書士会枚方支部 ☎814-9920

その他施設(市内)

環境 「みどりのカーテン大作戦」写真展



市内公共施設とまちで見かけたゴーヤでのみどりの
カーテンの写真を展示します。
①9/3(木)～6(日)10:00～16:00
青年の家1階 ロビー
②9/7(月)～11(金)9:00～17:30
市役所別館1階 ロビー
☎ 交野みどりネット事務局 ☎892-0121

福祉 音訳ボランティア養成講座

視覚障がいのある人に対し、必要な情報を音声で
伝えるための基本技術やデジタル録音の基本を学
びます。
日時 10/14～12/16の水曜日13:30～15:30
(10/28・12/2除く。全8回)
場所 ボランティアセンター2階 活動室
定員 15人 費用 無料 持ち物 筆記用具
申込・☎ 障がい福祉課 ☎893-6400

健康 元気アップ体操クラブ

健康づくりに役立つ市オリジナルの体操です。
①9/2・16(水)
1部:10:00～10:45 2部:11:00～11:45
ゆうゆうセンター4階 多目的ホール
②9/10・24(木)
1部:13:00～13:45 2部:14:00～14:45
青年の家 武道施設
③9/11(金)
1部:10:00～10:45 2部:11:00～11:45
いきいきランド交野2階 サブアリーナ
対象 おおむね65歳以上の市民 定員 各40人
費用 無料 持ち物 飲み物、②③は上履き
申込 直接会場
☎ 高齢介護課 ☎893-6400

スポーツ フットサル教室

日時 10月～翌年3月の日曜日(全19回)
①年長～小学校低学年 13:00～15:00
②小学校低学年～高学年 15:00～17:00
場所 星田西体育施設
定員 各20人(先着) 費用 9,500円
講師 江頭伸一さん、耳野裕樹さん
持ち物 上履き、飲み物、タオル
申込・☎ 9/2(水)から、参加費を添えて星田西体育施
設 ☎893-7721



スポーツ 女性体育教室後期

日時 10月～翌年3月の水曜日10:00～12:00
(全23回)
場所 星田西体育施設
対象 16歳以上 定員 40人(先着)
内容 ストレッチ・リズム体操・ニュースポーツ等
費用 9,200円 講師 竹平富美子さん
持ち物 上履き、飲み物、タオル
申込・☎ 参加費を添えて星田西体育施設
☎893-7721

その他施設(市外)

仕事 北河内エリア 介護と福祉の就職フェア

日時 9/24(木)13:00～16:00
場所 京橋ツイン21MIDタワー20階
内容 介護・福祉職場の面談や説明会、12:00から
ハローワークによるセミナー
費用 無料(申込不要)
☎ 府社会福祉協議会老人施設部会事務局
☎06-6762-9001

仕事 ひとり親家庭の親等のための
就業支援講習会

パソコン初級②
ワードの基礎とエクセル3級(日商PCデータ活用)
日時 12/12～2/6の土曜日10:00～16:00
(1/2除く。全8回)
場所 府立母子・父子福祉センター
対象 ひとり親家庭の母・父、寡婦
定員 20人(抽選)
教材費等 7,000円 申込締切 11/12(木)
申込 往復はがきに①希望講座名②住所③氏名(ふ
りがな)④年齢⑤職業⑥電話番号⑦志望動機
⑧(保育希望の場合のみ)子の氏名・年齢を記入し、
大阪府立母子・父子福祉センター内 大阪府母子
家庭等就業・自立支援センター
〒537-0025 大阪市東成区中道1-3-59
☎ 同センター ☎06-6748-0263

図書 自動車文庫ブンブン号の巡回日程

ステーション名	時間	曜日	9月	10月	11月	12月
ゆうゆうセンター前	13:15～13:45	水	9日 23日	7日 21日	4日 18日	2日 16日
私市山手ちびっこ広場前	14:15～15:00					
星田西体育施設前	15:30～16:30					
郡津駅前(松塚公園)	13:45～14:30		2日 16日 30日	14日 28日	11日 25日	9日
磐船駅北1号公園	14:45～15:30					
藤が尾	15:45～16:30					
フレンドタウン交野	13:30～14:15	木	10日 24日	8日 22日	5日 19日	3日 17日
妙見坂(松下中央児童公園)	14:45～15:15					
南星台公園	15:30～16:30					
妙見東(中公園北)	13:30～14:00		3日 17日	1日 15日 29日	12日 26日	10日
星田山手自治会館前	14:30～15:15					
星田山手1丁目	15:30～16:30					

☎ 倉治図書館 ☎891-1825

仕事 事業承継啓発セミナー

コロナショックに負けない中小企業の危機管理と
事業承継
日時 9/23(水)15:00～17:00 定員 20人
場所 枚方ビオルネ5階 イベントルーム
講師 (株)サイバーアシスト
代表取締役社長 よしむらまさひろ 吉村正裕さん
後継者にとって引継ぎやすい会社とは？
～経営者保証解除を考える～
日時 10/16(金)15:00～17:00 定員 20人
場所 枚方ビオルネ5階 イベントルーム
講師 大阪府事業承継ネットワーク事務局経営者
保証コーディネーター いなたにまこと 稲谷誠人さん
申込・☎ 北大阪商工会議所中小企業相談所
☎843-5154

仕事 女性の起業セミナー

第1回「女性の起業 #1」
日時 9/13(日)14:00～ 定員 35人
場所 枚方T-SITE4階 イベントスペース
講師 (株)minitts ミニッツ 代表取締役 なかむらあけみ 中村朱美さん
第2回「女性の起業 #2」
日時 10/10(土)14:00～ 定員 35人
場所 枚方T-SITE4階 イベントスペース
講師 (株)ルカコ 代表取締役 せんだしのぶ 仙田忍さん
申込・☎ 北大阪商工会議所中小企業相談所
☎843-5154